DAFTAR PUSTAKA

Abidin, M.F dan Prihatno, J.B. 2016. *Perbandingan Tingkat Kebugaran Jasmani antara siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler Futsal di SMA 1 Taman Sidoarjo dengan SNA Khadijah Surabaya.* Jurnal Pendidikan Oahraga dan Kesehatan Volume 04 Nomor 03 Tahun 2016, 617-622 ISSN: 2338-798 http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan jasmani/issue/archive

Afriwardi. 2011. *Ilmu Kedokteran Olahraga*. Jakarta: EGC

Alfarisi, R. Karhiwikarta, W dan Hermawan D. 2013. *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebugaran Jasmani Mahasiswa Kedokteran Universitas Malahayati.* Jurnal Dunia Kesmas, Volume 2. Nomor 1

Ali, Muhammad. 2012. *Kontribusi Status Gizi dan Motivasi Belajar Terhadap Kesegaran Jasmani Mahasiswa PORKES UNJA.* Cerdas Sifa, Edisi No. 1 Mei-Agustus 2012

Annas, Mohammad, 2011. *Hubungan Kesegaran Jasmani, Hemoglobin, Status Gizi dan Makan Pagi terhadap Prestasi Belajar.* Jurnal Media Keolahragaan Indonesia, Volume1. Edisi 1. ISSN: 2088-6802

Arikunto, Suharsimi, 2000. *Manajemen Penelitian,* Jakarta : Rineke Cipta.

Battinelli, T. 2007. *Physique, Fitness, and Performance*. United States, Boca Rotan: CRC press LLC.

Berahim, Mat & Kasim, Mohar, 2016. *Analysis of Physical Fitnes on Junior football Plyayers.* Journal of Scientific Research and Development 3(4): 15-23, 2016. ISSN 1115-7569. Available on line at www.jsrad.org

Bompa, Tudor O, and Haff, G. Gregory. 2009. *Priodization, Theory and Methodology of Training.* United States: Human Kinetics

Bompa. 1999. *Theory and Methodology of Training. The Key to Athletic Performance (Third Edition).* London: Kendall/Hant Publishers

Brown, L., Ferrigno, V. 2014. *Training for Speed, Agility, and Quickness, 3rd Edition*. Illinois: Human Kinetics

Chan, Faizal. 2012. *Strength Training* (Latihan Kekuatan). Jurnal Cerdas Sifa, Edisi No.1,

Corbin, Charles B., Masurier, Guy C. Le., dan McConnell, Karen E. 2014. *Fitness for Life 6th Ed*. United States: Human Kinetics.

Corbin C. B. and Lindsey R. 2000. *Concept of physical fitness with laboratories (6th ed.)* Dubuque, Iowa: Wm. C. Brown Publisher.

Dawes, J. dan Roozen, M. *Developing Agility and Quickness* (Illinois: Human Kinetics, 2012), hh. 1-24

Depdikanas. 2010. TKJI Tes Kebugaran Jasmani Indonesia, Untuk Anak Umur 6-9 Tahun, 10-12 Tahun, 13-15 Tahun, 16-19 Tahun. Jakarta: Depdiknas.

Depkes RI, 2009. *Pedoman Pembinaan Kesegaran jasmani Jemaah Haji Bagi Petugas Kesehatan di Puskesmas.* Jakarta: Departemen Kesehatan RI, Direktorat Jenderal Bina Kesehatan Masyarakat, Direktorat Bina Kesehatan Komunitas.

Dove-Edwin, F. H. 2009. *The fitness parameters if 14-17 year old children in Sierra Lione*. Michigan : ProQuest Dissertations and Theses (PQDT)

Ganong, Wiliam, F. 2002 *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran Edisi 20*. Jakarta : EGC

Giriwijoyo H.Y.S. Santoso. 2007. *Ilmu Faal Olahraga (Fisiologi Olahraga), Fungsi Tubuh Manusia pada Olahraga untuk Kesehatan dan Untuk Prestasi, Edisi. 7* (UPI Bandung).

Giriwijoyo H.Y.S. Santoso dan Dikdik Zafar Sidik. 2012. *Ilmu Faal Olahraga (fisiologi Olahraga), Fungsi Tubuh Manusia pada Olahraga untuk Kesehatan dan Prestasi,* Bandung: Remaja Rosdakarya.

Giriwijoyo, HYS Santoso, Lilis Komaryah dan Neng Tine Kartinah. 2007. *Ilmu Kesehatan Olahraga,* (*Sport Medicine*) *untuk kesehatan dan prestasi olahraga.* Bandung: Remaja Rosdakarya

Gordon, D. 2009. *Coaching Science*. Cornwall: Learning Matters Ltd

Hakim, Arif ohman, Soegiyanto dan Soekardi. 2013. *Pengaruh Usia dan Latihan Keseimbangan terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Tuna Grahita Kelas Bawah Mampu Didik Sekolah Luar Biasa.* JPES 2 (1) (2015) ISSN: 2252-648X http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes

Halim, Nur Ichsan, 2011. *Tes dan Pengukuran Kesegaran Jasmani,* Makassar: Badan Penerbit UNM Makassar

----------. 2009. *Tes dan Pengukuran Kesegaran Jasmani.* Makassar: Badan Penerbit UNM.

Hariyono, R dan Hartati, S.C.Y 2013. *Perbandingan Tingkat Kebugaran Jamani Siswa Kelas X Berdasarkan Letak Geografis (Studi Pada Siswa Putera Kelas X SMA Negeri 1 Ngadirojo dan Siswa Putera Kelas X SMA Negeri 1*

Tulakan), Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Volume 01 Nomor 02 tahun 2013.

Haskell, William L. dan Kiernan, Michaela. 2000 "*Methodologic Issues in Measuring Physical Activity and Physical Fitness When Evaluating The Role of Dietary Supplements for Physically Active People" Am J Clin Nutr* 2000;72(suppl).

Hartono, dkk. 2013. *Pendidikan Jasmani.* Surabaya: Unesa University Press.

Hastuti, P.N dan Zulaekah, S. 2009. *Hubungan Tingkat Konsumsi Karbohidrat, Protein dan Lemak dengan Kesegaran Jamsni Anak Sekolah Dasar di SDN Kartasura 1.* Jurnal Kesehatan; ISSN 1979-7621, Vol. 2. No. 1.

Hermawan, Iwan. 2015. *Pengaruh Antropometri, kemampuan Biomotor,Ukuran Dayung dan Tingkat Keseimbangan Terhadap Keterampilan Dayung Kayak Jarak 200 Meter Atlet pelatnas Dayung Tahun 2015.* Disertasi: Universitas Negeri Jakarta

Howe, TE. Rochester, L, Jakson, A, banks, PMH, & Blair, VA. (2008). *Exercise for improving balance in older people.Gaslow*: John Wiley & Sons

Hoffman, J. 2006. *Norms for Fitness, Performance and Health*. United States: Human Kinetics

Irianto, Djoko Pekik, 2004. *Bugar dan Sehat dengan Olahraga.* Yogyakarta: andi Offset

Irianto, Djoko Pekik. 2006. *Bugar dan Sehat dengan Berolahraga.* Yogyakarta: Andi Offset

Ismaryati. 2008 "*Peningkatan Kelincahan Atlet Melalui Penggunaan Metode Kombinasi Latihan Sirkuit Pliometrik dan Berat Badan*." Jurnal Paedagogia. 2008;11 (1).

Ismaryati. 2008. *Tes dan Pengukuran Olahraga.* Surakarta: Sebelas Maret. University Press.

Istikomah. 2004. *Survei Tingkat Kesegaran Jasmani Mahasiswa Ilmu Kesehatan Masyarakat (IKM) Semester II Fakultas Ilmu Keolahragaan Tahun akademik 2003/2004*. Skripsi, Universitas Negeri Semarang.

Jariono, Gatot. 2014. *Pengaruh Materi Ajar, Kemampuan Motorik dan Motivasi Belajar terhadap Peningkatan Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar.* Disertasi: PPs Universitas Negeri Jakarta

Jones, R. 2007. *Speed, Agility, & Quickness Drill*. High Performa Health. www.ronjones.org

Kaba, Nur Alim. 2011. *Pengaruh latihan Half Suat Jump dan Latihan Skipping Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Sepaktakraw Siswa SMP Negeri 3 Sunggu Minasa Kabupaten Gowa.* Tesis: Universitas Negeri Makassar

Kassim, M., and Mokhtar, R. S. 2015. *Test and Measurement of Cardiovascular fitness for Female Cadet Officers. Journal of Scientific Research and Development,* 2(8), ISSN : 1115-7569 .

Kassim, M., Sheikh Ahmad, S., and Muda, B. B. (2016). *Konsep Latihan dalam Sukan*. Kuala Lumpur: Pekan Ilmu Publication.

Khong, Chiu Lim, Et.al. 2016. *Examining Sport and Physical Activity Participation, Motivations and Barriers among young Malaysians.* Asian Social Science; Vol. 12. No.1 2016. ISSN 1911-2017 E-ISSN 1911-2025. Published by Canadian Centre of Science and Education doi:10.5539/ass.v12n1p159 URL: http://dx.doi.org/10.5539/ass.v12n1p159

Lanun, Ruri. 2007. Persepsi *Siswa Muhammadiyah 1 Bantul Terhadap Ekstrakurikuler Bolavoli*. *Skripsi*. Yogyakarta. Universitas Negeri Yogyakarta.

Lutan, Rusli. 2002. *Menuju Sehat dan Bugar*. Jakarta: Direktur Jendral Olahraga. Depdiknas

Mansur dkk. 2009. *Materi Pelatihan Fisik Level II*. Jakarta: Asdep Pengembangan Tenaga dan Pembina Keolahragaan.

Masakke, I.S dan Prihatno, J.B. 2017. *Perbedaan Tingkat Kebugaran Jasmani Antara Siswa yang Merokok dengan Siswa yang Tidak Merokok di SMAN 11 Surabaya tahun 2017.* Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Volume 05 Nomor 02 tahun 2017, 189-191 ISSN: 2338-798X

Masnun, Dadang. 2000. Dasar-dasar *Biomekanika Olahraga,* Jakarta: FIK-UNJ.

Miller, M.G., Herniman, J.J. Richard, M.D., Cheatham, C.C., and Michael, T.J. 2006. "*The Effects Of A 6-Week Plyometric Training Program On Agility*". Journal of Sport Science and Medicine. 5, pp.459-465. http//www.jssm.org.

Mubarok, H. Rahayu, S dan Hidayah, T. 2015. *Analisis Profil Tingkat Kesegaran Jasmani Pemain Futsal ANKER FC Tahun 2014.* Journal of Sport Sciences and Fitnes 4(3) (2015) http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jssf. ISSN 2252-6528

Muhajir. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga & kesehatan SMP kelas VIII*. Bandung. Ghalia Indonesia Printing

Mukholid, Agus, 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga & Kesehatan, Sesuai Standar SMA Kelas XI isi 2006* Surakarta: Yudistira

Mutohir, Toho Cholik dan Maksum, Ali. 2007. *Sport Development Index*, *Alternatif Baru Mengukur Kemajuan Pembangunan Bidang Keolahragaan, Konsep, Metodologi dan Aplikasi,* (Jakarta: Indeks

Nimphius, S. 2014. *Increasing Agility*. In: D. Joyce, D. Lewindo, Editors. High Performance Training for Sports. Illinois: Human Kinetics,

Nurcahyo, E dan Nasution, J.D.H. 2014. *Survei Tingkat Kesegaran Jasmani siswa Kelas XI (Sebelas) SMA Muhammadyah 1 Babat Kabupaten Lamongan. Jurnal Olahraga dan Kesehatan Volume 02 Nomor 01 Tahun 2014, 88-93*

Nurhasan, dkk. 2005. *Petunjuk Praktis Pendidikan Jasmani (Bersatu Membangun Manusia Yang sehat Jasmani Dan Rohani)*. Surabaya: Unesa University Press

Prakoso, D.P dan Hartato, S. 2015. *Pengukuran Tingkat Kebugaran Jasmani Terhadap siswa yang Mengikuti Esktrakurikuler Bolavoli di SMA DR.Soetomo Surabaya.* Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Volume 03 Nomor 01 Tahun 2015, 9-13

Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani. 2010. *Tes Kesegaran Jasmani Indonesia Untuk Anak Umur 16-19 Tahun*. Jakarta : Kementerian Pendidikan Nasional

Riswangga, Yohandika, 2013. *Perbandingan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Kelas IX Rintisan Sekolah Berstandar Internasional SMP 1 Kawedanan dan Siswa Kelas IX Sekolah Standar Nasional SMP 2 Kawedanan Kabupaten Magetan pada tahun 2013*. Jurnal Penelitian Surabaya: 2013

Roesdiyanto dan Budiwanto, S. 2008. *Dasar-dasar Kepelatihan Olahraga*. Malang: Laboratorium Ilmu Keolahragaan, Jurusan Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Malang

Sedarmayanty dan Syarifuddin Hidayat, 2011 *Metodologi Penelitian* (Bandung: Mandar Maju

Sheppard, J. dan Young, W. "Agility Literature Review: Classifications, Training and Testing," *Journal of Sports Sciences*. 2006;24 (9):919-32.

Soetopo, 2003. *Pengaruh Kebugaran Jasmani Terhadap Prestasi Belajar IPS Dan MIPA Siswa Sekolah Dasar Negeri 3, 4 Dan 7 Banjar Jawa Singaraja*. Singaraja Jurnal Pendidikan.

Stratton, G., Reilly, T., William, A.M., & Richardson, D. 2004. *Youth Soccer from Science to Performance*. (1th Ed.). USA: Rouledge.

Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods).* Bandung: Alfabeta.

c 2015. *Aktivitas Fisik Keseimbangan Guna Mengurangi Resiko Jatuh pada Lansia.* Jurnal Olahraga Prestasi, Volume 11, Nomor 2 Juli 2015

Sukadiyanto dan Dangsina Muluk, 2011. *Pengantar Teori Metodologi Melatih Fisik,* Bandung: Lubuk Agung

----------. 2002. *Teori dan Metodologi Melatih Fisik Petenis*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY

Sulistiono, A.A.2014. *Kebugaran Jasmani Siswa Pendidikan Dasar dan Menengah di Jawa Barat.* Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan, Vol. 20. No.2, Juni 2014

Tangkudung, James dan Puspitorini, Wahyuningtyas.2012. *Kepelatihan Olahraga: Pembinaan Prestasi Olahraga*. Jakarta: Penerbit Cerdas Jaya,

Tangkudung, James dkk, 2011. *Panduan Program Latihan Tahunan,* Jakarta: PPLP, PPLM.

Tangkudung, James. 2006. *Kepelatihan Olahraga, Pembinaan Prestasi Olahraga,* Cetakan Pertama Jakarta: Cerdas Jaya

Ulvi, S.N.Y. 2011. *Tingkat Kesegaran Jasmani, Status Gizi dan Asupan Gizi Makan Pagi pada Siswa SMP Negeri di Kota Yogyakarta.* Jurnal Media Keolahragaan Indonesia, Volume1. Edisi 1. ISSN: 2088-6808

Wahjoedi, 2008. *Kesegaran jasmani Siswa SD.* Jurnal Dedaktik Vol. 9 No. 2 Mei 2008. http://okeeducation.blogspot.com/2008/10/hakikat-kebugaran-jasman.html Diunduh tanggal 27 Desember 2018

----------, 2003. *Profil Kebugaran Siswa Sekolah Dasar di Denpasar Bali.* Jurnal IPTEKOR Olahraga Vol. 5 No. 1 Januari 2003. Jakarta: Direktorat Olahraga Departemen Pendidikan

----------, 2001. *Landasan Evaluasi Pendidikan Jasmani,* Jakarta: RajaGrafindo Persada

Widiastuti, 2011. *Tes dan Pengukuran Olahraga,* Jakarta: Timur: Bumi Timur Jaya

Widodo, A. 2007. *Pengembangan Rangkaian Tes Fisik untuk Pemain Sepakbola.* Disertasi Doktor Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Surabaya

Young, W. R. James, I. Montgomery, Is Muscle *Power* Related to Running Speed with Changes of Direction? *The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*. 2002(42):282-8

Young, W. B., & Sheppard, J.M. 2006. Agility Literature Review: Classifications, Training and Testing. *Journal of Sports Sciences*. September 2006; 24(9): 919–932.

Zulvikar, Januarshah, 2016. *Pengaruh Latihan Core Stability Statis (Plank dan Side Plank) dan Corestability Dinamis (Side Lying Him Abduction dan Abliue Crunch) Terhadap Keseimbangan.* Journal Of Physical Education, Healt and Sport (JPEHS) 3 92) (2016) ISSN 2354-8231 (online) ISSN 2354-7901 (cetak) http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/jpehs